



Ce Vendredi 15 Juin, à l'initiative d'Eric Godailler [207669], une navigation au Havre encadrée par un entraîneur de ligue, Tanguy Troiville était proposée.

L'objectif de départ était double :

- Nous aider à faire quelques progrès, il paraît que les sujets ne manquent pas...
- Gouter aux affres d'un plan d'eau souvent agité, toujours exigeant.

3 Laseristes sont volontaires pour cette expédition Normande : Eric [207669], Olivier [189468] et Florent [175018].

RDV est pris le [vendredi](#) matin à l'ouverture du centre de voile pour crocher la remorque prêtée par le club (merci au CVSQ, à Denis, Sébastien et à Gaultier pour le chargement au top) et direction la Porte Océane.

Aux alentours de 13h, nous sommes prêts, le temps est magnifique, comme quasiment tous les jours de l'année ici. La baie, subtilement ridée par un petit vent de 10 à 12 nds d'Ouest /Nord Ouest, nous tend les bras. Au programme, du virement, du virement, encore du virement, de l'empannage, des départs, des passages de bouée, des comparatifs de vitesse etc...

La sortie du port, sous escorte, toujours majestueuse depuis nos baignoires. Vite, s'écarter du chenal. Les bouées sont en place, les bords et les manœuvres s'enchaînent. Le vent est régulier en direction et en force, tiens, on avait perdu l'habitude (toute référence à une expérience en plan d'eau intérieur serait indépendante de notre volonté).

De longs bords de conduite au près s'ensuivent, jusqu'au cap de la Hève, pour nous caler et jouer sur les réglages, la régulation, le rappel etc. puis descente en vent arrière pour tutoyer la crête des vagues...

Quelques départs, encore des réglages, des enchaînements, encore des départs, certains volés, d'autres timides...sous l'œil bienveillant des Figaristes en entraînement avant la ALLMER CUP prévue deux jours plus tard. Il y a du beau monde sur l'eau !

Il est 17 H 30, déjà, il faut rentrer et débriefer tout ça :

Quelques constats :

- carence évidente dans l'amplitude des réglages ; le hâte bas, le Cunningham, bordure, méritent une approche plus rationnelle et précise.
- La position de rappel à travailler !
- L'anticipation, avant les passages de bouée.
- Et bien sur, Les départs !!
- + TOUT LE RESTE...

En résumé, une escapade vraiment sous le signe du plaisir avec un coaching de haute volée, tout ça à moins de deux heures !

Traitement à renouveler sans modération tant que les symptômes persistent.

